



## Series de Acomodación y Conformidad

# Empleados con Esclerosis Múltiple

La Red de Acomodación en el Empleo  
PO Box 6080  
Morgantown, WV 26506-6080  
(800)526-7234 (V)  
(877)781-9403 (TTY)  
[jan@askjan.org](mailto:jan@askjan.org)  
[askjan.org](http://askjan.org)



## Prefacio

La Red de Acomodación de Empleo (JAN) es un servicio de la Oficina de la Política de Empleo de Personas discapacitadas del Departamento Laboral de los EEUU. JAN ha elaborado documentos que se han hecho disponibles con el fin de que la información sea utilizada solamente para propósitos educativos. La información no intenta ser un consejo legal o médico. Si es necesario un consejo legal o médico, servicios legales o médicos apropiados deberán ser consultados.

JAN no garantiza o recomienda ninguno de los productos o servicios mencionados en esta publicación. Aun cuando esfuerzo es hecho para mantener estos recursos al día, JAN recomienda contactar directamente a los productores/distribuidores de los productos y a los proveedores de los servicios para asegurarse de que cumplan los propósitos previstos, garantizando así que la información sea más actualizada.

El siguiente documento no tiene derechos de autor y su reproducción es fomentada. La sección 105 de la Ley de los Derechos de Autor provee que no hay protección sobre los derechos de autor de los trabajos creados por el gobierno de EEUU. Por lo tanto, todos los trabajos creados por JAN están bajo esta provisión. Aunque algunos individuos pueden usar ese trabajo impunemente, los individuos no pueden reclamar los derechos de autor del trabajo original hecho al gobierno, únicamente en el material original añadido. Los individuos pueden acceder el texto completo de la ley en la página Web de la Oficina de Derechos de Autor de los Estados Unidos <http://www.loc.gov/copyright>. Por favor tenga en cuenta que alguna información específica citada por JAN puede tener derechos de autor de otras fuentes. Citar fuentes secundarias de las publicaciones de JAN puede violar los derechos de autor de otras organizaciones o individuos. El permiso debe ser obtenido de esas fuentes de acuerdo a cada caso específico. Cuando use los materiales de JAN, JAN pide que los materiales no sean reproducidos con fines lucrativos, el tono y la sustancia de la información no sea alterada, y que se le dé un reconocimiento apropiado a JAN como fuente de información. Para información adicional sobre este u otro documento proporcionado por JAN, por favor contacte JAN.

Escrito por Linda Carter Batiste, J.D. Revisado 03/23/10.

## Introducción

La Red de Acomodación en el Empleo (JAN por sus siglas en Ingles), está diseñada para ayudar a empleadores a determinar cuáles son las acomodaciones efectivas, y a cumplir con el Título I del Acta para americanos con Discapacidades (ADA por sus siglas en Ingles). Cada publicación en estas series explica específicas condiciones médicas y provee información sobre estas, el ADA, ideas de acomodaciones, y recursos en cómo obtener más información.

La serie de Acomodación y Conformidad está en su comienzo con respecto a acomodaciones y pueda que no tenga información sobre todos las enfermedades. Acomodaciones deberán ser hechas caso por caso, tomando en consideración las limitaciones envueltas en la discapacidad del individuo y la acomodación que se necesite. Se anima a los empleadores que contacten JAN a para discutir específicas situaciones con más detalle.

Para mayor información de asistencia en tecnología y otras ideas de acomodaciones, visite los Recursos de Acomodaciones en Línea de JAN (SOAR por sus siglas en Ingles <http://askjan.org/soar>).

## Información sobre la Esclerosis Múltiple

### ¿Que tan común es la Esclerosis Múltiple?

De acuerdo a la sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple, aproximadamente 400,000 americanos reconocen que padecen de Esclerosis múltiple (MS por sus siglas en Ingles), y cada semana alrededor de 200 personas son diagnosticadas. A nivel mundial MS tiende a ser más frecuente en aquellos lugares con latitudes altas (sobre 40°C latitud) alejados del ecuador, que en aquellos con bajas latitudes o cerca del ecuador. (Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple, **[Sin Fecha]**).

MS es mucho más común entre Caucásicos (particularmente aquellos con ancestros provenientes de Europa del Norte) que otras razas y es casi desconocida en algunas poblaciones, tales como los Esquimales. Ciertos brotes de MS han sido identificados, pero el significado es desconocido. En ciertas poblaciones, un marcador genético ha sido relacionado con MS. Ciertas características genéticas ocurren con más frecuencia en aquellas poblaciones con MS que en aquellas que no (Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple, **[Sin Fecha]**).

La edad promedio de aparición es usualmente entre los 20 y 40 años, aun así; esta ocurre también en individuos de edad avanzada. MS en mujeres, es el doble de los hombres (Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple, **[Sin Fecha]**).

### ¿Que es MS?

MS es una enfermedad auto inmune del sistema nervioso central. Causa destrucción de la mielina (proteína que forma una capa protectora alrededor de las células nerviosas) en el sistema nervioso central. Cuando la mielina ha sido destruida, las

señales enviadas a través de las células nerviosas son interrumpidas o retardadas, el cual resulta en varios síntomas neurológicos desaparecidos en diferentes partes del cuerpo. La progresión, gravedad y especificidad de los síntomas en cualquier persona no pueden ser predecibles, pero avances en investigaciones y tratamientos han estado dando esperanza para aquellos que padecen de la enfermedad (Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple, **[Sin Fecha]**).

### **¿Cuáles son los síntomas de MS?**

MS es comúnmente caracterizado por un patrón de exacerbación y remisión. Los síntomas pueden ser leves, tales como adormecimiento de los brazos, o severos, tales como parálisis o pérdida de la visión. Otros pueden ser fatiga, pérdida de la coordinación debilitamiento de los músculos, espasticidad, adormecimiento, arrastre de las palabras, dificultades visuales, parálisis, calambre en los músculos, problemas de la vejiga o intestino, y disfunción sexual (Sociedad Nacional de la Esclerosis Múltiple).

Los primeros síntomas de la Esclerosis Múltiple comúnmente son las dificultades para caminar; sensaciones anormales tales como adormecimiento; dolor y pérdida de la visión debido a la neuritis óptica; la inflamación del nervio óptico. Aquellos menos comunes inicialmente son temblor, falta de coordinación, arrastre de palabras, aparición de parálisis repentina similar a la de un derrame cerebral; y deterioro de las funciones cognitivas (Sociedad Nacional de la Esclerosis Múltiple, **[Sin Fecha]**).

### **¿Cuál es la causa de MS?**

Muchos estudios han demostrado que la Esclerosis Múltiple resulta debido a varios factores en vez de solo uno. Lo más probable, los genes juegan un papel muy importante en determinar la susceptibilidad de una persona a la Esclerosis Múltiple. La enfermedad no es completamente controlada genéticamente; aun así, los parientes directos de una persona con Esclerosis Múltiple tienen un riesgo de 20 a 40 veces más para desarrollar la enfermedad. El estar expuesto a ciertos factores medioambientales tales como bacterias y virus, también juega un papel que todavía no ha sido identificado. Otro factor, puede ser una respuesta defectuosa del sistema inmune, ocasionando que el mecanismo de defensa del cuerpo, actúe de una manera indebida (proceso auto-inmune). (Sociedad Nacional de la Esclerosis Múltiple, **[Sin Fecha]**).

### **¿Como es tratada la Esclerosis Múltiple?**

De acuerdo a la Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple, actualmente hay 5 medicamentos para la Esclerosis Múltiple que han sido aprobados por la agencia federal. Cuatro de ellos: Avonex, Betaseron, Rebif, y Copaxone; han demostrado ser efectivo en modificar el curso natural de relapso. La experiencia clínica sugiere que estos son más efectivos, si se suministran al comienzo de la enfermedad. La quinta droga, Novantrone, es bien efectiva en retardar el empeoro de la enfermedad o el continuo desarrollo de esta. Esteroides pueden que sean utilizados para disminuir los ataques graves. Otras terapias están siendo examinadas al nivel clínico e

investigadores esperan que nuevos tratamientos se hagan disponibles en un futuro no muy lejano. Además de los medicamentos hay otras terapias para moderar o aliviar los síntomas de la Esclerosis Múltiple, incluyendo terapias físicas, ejercicio, rehabilitación vocacional y cognitiva, dieta, descansos adecuados y consejería (Sociedad Nacional de la Esclerosis Múltiple, **[Sin Fecha]**).

## **MS y el Acta para Americanos con Discapacidades**

### **¿Es la Esclerosis Múltiple considerada como una discapacidad bajo el ADA?**

El ADA no tiene una lista de trastornos médicos declarados como discapacidades. En vez, el ADA, tiene una definición general de discapacidad que cada persona deberá cumplir (EEOC). Por lo tanto, algunas persona con tendrán una discapacidad bajo el ADA, mientras otras no.

Una persona tiene una discapacidad cuando él/ella tiene una limitación física o mental que limita substancialmente una o más actividades de la vida diaria, antecedentes de la limitación, o reconocido por tener dicha limitación (EEOC, 1992). Para mayor información en como determinar si una persona tiene una discapacidad bajo el ADA, visite <http://askjan.org/corner/vol02iss04.htm>.

### **¿Al solicitar una acomodación, deberá decirle el empleado al empleador que este posee un MS?**

Bajo el ADA, cuando un empleado solicita una acomodación, el empleador puede requerir documentación médica que sea suficiente para determinar si el empleado tiene una discapacidad y por lo tanto necesita una acomodación. De acuerdo al EEOC, suficiente documentación médica puede que incluya el nombre de la enfermedad. El empleado puede comenzar con una descripción general de la enfermedad como por ejemplo dejarle saber que tiene Esclerosis Múltiple y ver si satisface al empleador. Sin embargo, una descripción corta no le hace saber al empleador que un individuo tiene una discapacidad que substancialmente limita gran parte de las actividades de la vida diaria.

Para aumentar el chance de que este/a conceda aun con una descripción corta, el empleado puede facilitar una carta de su doctor que confirme la existencia de la Esclerosis Múltiple, explicando a su vez como esta limita actividades de la vida diaria. Esta puede satisfacer al empleador. Sin embargo, si el empleador insiste en saber cuál es el diagnostico y el empleado se niega a divulgarlo, puede que esta se convierta en una razón válida si el empleador decide negar la acomodación solicitada.

## **Acomodaciones Para Empleados Con MS**

(Note: personas con MS puede que desarrollen algunas de las limitaciones a continuación, pero raramente todas. El grado de la limitación varía dependiendo de los individuos. Dese cuenta que no todas las personas con MS necesitaran acomodaciones para desempeñar sus trabajos y otros solo necesitaran solamente algunas. Las siguientes son solamente unas pocas acomodaciones de las que están disponibles. Numerosas soluciones puede existir.

Preguntas a considerar:

1. ¿Que limitaciones experimenta el empleado con MS?
2. ¿Como estas afectan tanto al empleado como su desempeño en el trabajo?
3. ¿Cuales trabajos son problemáticos debido a las limitaciones?
4. ¿Cuales acomodaciones están disponibles para reducir o eliminar estos problemas?  
¿Están siendo incrementados todas las soluciones posibles para determinar cual acomodación será utilizada?
5. ¿Ha sido consultado el trabajador con MS sobre las posibles acomodaciones?
6. ¿Ya cuando se haya hecho una acomodación, será útil reunirse con el empleado para evaluar la efectividad de la acomodación y determinar si acomodación adicional es necesitada?
7. ¿Necesitan los supervisores de personal y el resto de los trabajadores entrenamiento sobre el MS?

**Ideas de acomodaciones:**

**Actividades de la Vida Diaria:**

- Permita el uso de personal de asistencia en el trabajo.
- Permita el uso de animales de servicio en el trabajo.
- Asegúrese de que las instalaciones sean accesibles.
- Mueva las estaciones de trabajo cerca de los baños.
- Permita descansos largos.
- Envíe a los empleados al servicio comunitario apropiado

**Deterioro Cognitivo:**

- Provea instrucciones de trabajo por escrito mientras sea posible
- Priorice las tareas en el trabajo
- Permita un horario de trabajo flexible

- Permita descansos frecuentes para la re-orientación
- Provea organizadores electrónicos como ayuda para recordar tareas específicas
- Minimice las distracciones
- Permita trabajar al empleado a su propio ritmo
- Reduzca el estrés en el lugar de trabajo
- Provea estructuras de trabajo alternas

### **Fatiga/ Debilidad:**

- Reduzca y elimine el esfuerzo físico y estrés en el lugar de trabajo.
- Programe descansos periódicos lejos del lugar de trabajo.
- Permita un horario de trabajo flexible y el uso de tiempo para ausencias.
- Permita el trabajo desde la casa.
- Implemente estaciones de trabajo diseñadas ergonómicamente.
- Proporcione un monopatín u otra ayuda para moverse si las caminatas no pueden ser reducidas.

### **Deterioro de la Motricidad Fina:**

- Implemente el diseño de estaciones ergonómicas de trabajo.
- Proporcione el acceso alternativo a la computadora
- Proporcione el acceso alternativo al teléfono
- Proporcione soporte en los brazos,
- Proporcione un pasador de páginas y un sostenedor de libros.
- Proporcionar ayudas para tomar notas.

### **Deterioro de la Motricidad Gruesa:**

- Modifique el lugar de trabajo y la estación de trabajo para hacerlas accesibles.
- Provea un estacionamiento cerca de las instalaciones de la empresa.
- Provea una entrada accesible
- Provea una ruta accesible para que los empleados se desplacen a otra estación.
- Ajuste la altura de los escritorios para que las sillas y monopatines puedan ser utilizadas.
- Asegúrese de que los materiales y equipos de trabajo están dentro de un área accesible.
- Mueva las estaciones de trabajo cerca de otras áreas de trabajo, equipos de oficina y cuartos de descanso.

### **Sensibilidad al calor:**

- Reduzca la temperatura en el lugar de trabajo
- Utilice vestuarios de tela refrescante
- Utilice ventiladores o aire acondicionado

- Permita horarios flexible como también ausencias
- Permita el trabajo desde la casa durante las altas temperaturas del tiempo

### **Impedimentos del habla:**

- Provea equipos de amplificación de voz y otros equipos de comunicación
- Utilice comunicación por escrita tales como e-mail o fax
- Transfiera a una posición donde no sea requerido altamente el uso del habla
- Permitas descansos a menudos

### **Impedimentos visuales:**

- Amplifique el material escrito así sea con lupas, ópticas, manuales etc.
- Provea material con letra grande, o software para leer
- Reduzca el resplandor proveyendo persianas y pantallas protectoras.
- Instale luces apropiadas.
- Permita descansos a menudos.

### **Situaciones y Soluciones:**

Un representante de alegaciones de una agencia del gobierno presentaba dificultades en leer los archivos debido a la mala condición de su vista causada por la Esclerosis Múltiple Su empleador obtuvo una lupa y añadió una luz especial a su estación de trabajo.

Un gerente con Esclerosis Múltiple que trabajaba para una compañía publicadora presentaba dificultades para transferirse desde su silla a la bacinilla en el baño público. Su empleador añadió barras en el baño público para que el gerente se pudiese sujetar.

Un abogado con Esclerosis Múltiple presentaba dificultades en llevar los documentos de un lugar a otro debido a una debilidad en las extremidades superiores de su cuerpo. Su empleador obtuvo una carreta portable que podía ser sacada y metida con facilidad en su carro.

Un operador trabaja para un centro de distribución y presentaba dificultades en trabajar al máximo con respecto a la producción debido a la fatiga producida por la Esclerosis Múltiple. Su empleador lo transfirió a un turno más lento para que redujera el estrés físico del trabajador. Este cambio también le permitió al trabajador ir frecuentemente al baño.

Una Ingeniera con Esclerosis Múltiple era muy sensible al calor. A ella se le fue dada una oficina privada donde la temperatura pudiera ser bajada sin afectar el resto del complejo. También se le ofreció la comunicación a través del teléfono con el resto de los empleados para reducir la caminada que eta solía hacer.

Una enfermera encargada del suministro de medicinas presentaba dificultades en transferirse a su estación de trabajo desde su silla de ruedas. Su empleador amplio el

piso para que esta tuviese acceso fácil a su estación de trabajo como también añadió un teclado ajustable, sostenedor para el monitor y una bandeja para el teléfono. Además, el empleador le proveyó un horario flexible para que esta pudiese continuar su tratamiento.

Un oficinista presentaba dificultades en recordar las tareas por hacer, debido a dificultades para mantener la concentración debido a impedimentos cognitivos causados por la Esclerosis Múltiple. Su empleador añadió equipos de reducción de sonido para reducir las distracciones. Además; su empleador le daba las instrucciones por escrito al comienzo de cada día como también le dio un cuaderno que describía lo que se esperaba de cada tarea a realizar.

Un profesor con Esclerosis Múltiple presentaba dificultades en comunicarse con sus estudiantes debido a sus dificultades con el habla causada por la Esclerosis Múltiple como también presentaba fatiga. A él se le fue dado un amplificador de voz personal, y se le fue permitido escoger sus horarios de clase para que pudiese tomar descansos frecuentes.

### **Productos:**

Hay muchos productos que pueden ser empleados para acomodar personas con limitaciones. Los Recursos de Acomodaciones en Línea de JAN (SOAR por sus siglas en ingles) en <http://askjan.org/soar> esta designada para que los usuarios explore varias opciones de acomodaciones. Varias listas de productos son han sido hechas accesible a través de este sistema; sin embargo, JAN provee estas y otras mas que no están hechas disponible en esta página web si son solicitadas. Contacte JAN directamente si usted necesita información sobre otras acomodaciones más específicas, o está buscando productos, información sobre vendedores o buscando referencias

## Recursos

### **La Red de Acomodaciones en el Empleo (Job Accommodation Network – JAN por sus siglas en ingles)**

West Virginia University  
PO Box 6080  
Morgantown, WV 26506-6080  
Línea gratuita: (800)526-7234  
TTY: (877)781-9403  
Fax: (304)293-5407  
jan@askjan.org  
<http://askjan.org>

La Red de Acomodaciones en el Empleo es un servicio de consulta gratuita que proporciona información sobre acomodaciones en el lugar de trabajo, El Acta para Americanos con Discapacidades (ADA por sus siglas en ingles) y el empleo de personas con discapacidades.

### **Oficina de la Póliza de Empleo de Personas con Discapacidades (Office of Disability Employment Policy- ODEP por sus siglas en ingles)**

200 Constitution Avenue, NW, Room S-1303  
Washington, DC 20210  
Directo: (202)693-7880  
TTY: (202)693-7881  
Fax: (202)693-7888  
infoODEP@dol.gov  
<http://www.dol.gov/odep/>

La Oficina de la Póliza de Empleo de Personas con Discapacidades (Office of Disability Employment Policy -ODEP por sus siglas en ingles) es una agencia dentro del Departamento Laboral de los Estados Unidos. ODEP proporciona liderazgo nacional para incrementar las oportunidades de empleo de adultos y jóvenes con discapacidades mientras ellos se esfuerzan por eliminar las barreras en el empleo.

### **Programa Utilizado para la Investigación de Vida Independiente (Independent Living Research Utilization (ILRU) Program)**

2323 S Shepherd, Suite 1000  
Houston, TX 77019  
Direct: (713)520-0232  
TTY: (713)520-0232  
Fax: (713)520-5785  
ilru@ilru.org  
<http://www.bcm.tmc.edu/ilru>

ILRU es un centro nacional de información, entrenamiento, investigación y asistencia técnica en vida independiente, el cual controla la RED IL con el Concilio Nacional de

Vida Independiente (NCIL por sus siglas en Ingles), organizaciones, e individuos involucrados en la vida independiente a través de la nación.

**Fundación para la Esclerosis Múltiple (Multiple Sclerosis Foundation, Inc.)**

6350 North Andrews Avenue  
Fort Lauderdale, FL 33309-2130  
Toll Free: (800)225-6495  
Direct: (954)776-6805  
Fax: (954)938-8708  
admin@msfocus.org  
<http://www.msfocus.org>

Organización con fines no lucrativos que provee apoyo gratis y servicios de educación pública para personas con Esclerosis Múltiple, revistas, servicio de teléfono a través de una línea gratuita, becas para trabajos de investigación, información, como también referencias.

**Sociedad Canadiense de la Esclerosis Múltiple (Multiple Sclerosis Society of Canada)**

175 Bloor Street E., Suite 700, North Tower  
Toronto, ON M4W3R-8  
Toll Free: (800)268-7582  
Direct: (416)922-6065  
Fax: (416)922-7538  
info@mssociety.ca  
<http://www.mssociety.ca>

La misión de La Sociedad Canadiense de Esclerosis Múltiple es ser el líder para encontrar la cura para la Esclerosis Múltiple y así ayudara personas con la enfermedad a mejorar sus cualidades de vida.

**Sociedad de Esclerosis Múltiple Nacional (National Multiple Sclerosis Society)**

PO Box 4527  
New York, NY 10163  
Toll Free: (800)344-4867  
<http://www.nationalmssociety.org>

La Sociedad de Esclerosis Múltiple Nacional está dedicada a eliminar los efectos devastadores de la Esclerosis Múltiple.

## Referencias

Equal Employment Opportunity Commission. (Comisión de Oportunidad e Igualdad en el Empleo) (1992). *Definition of the term disability (Definición del término discapacidad)*. Revisado, Septiembre 5, 2008 del <http://www.eeoc.gov/policy/docs/902cm.html>

Equal Employment Opportunity Commission. (Comisión de Oportunidad e Igualdad en el Empleo) (2000). *Enforcement guidance on disability-related inquiries and medical examination of employees under the Americans with Disabilities Act.* (Guía de cumplimiento sobre investigaciones relacionadas con discapacidades y exanimación medica de empleados bajo el Acta para Americanos con Discapacidades) Revisado Septiembre 5, 2008, del <http://www.eeoc.gov/docs/guidance-inquiries.html>

National Multiple Sclerosis Society (Sociedad Nacional de la Esclerosis Múltiple). **[Sin Fecha]**. FAQs about MS (Preguntas Mas Frecuente sobre la Esclerosis Múltiple). Revisado Septiembre 5, 2008, del <http://www.nationalmssociety.org/about-multiple-sclerosis/FAQs-about-MS/index.aspx>

Este documento fue desarrollado por la Red de Acomodaciones en empleos, financiado por la Oficina de la Póliza de Empleo de Personas discapacitadas del Departamento Laboral de los EE.UU. Número DOL079RP20426. Las opiniones contenidas en este documento no reflejan necesariamente las opiniones o pólizas del Departamento Laboral de los EE.UU. La mención de marcas, productos comerciales, u organizaciones no insinúa respaldo por parte del Departamento Laboral de los EE.UU